

«Vor einer Einnahme von Reductil oder Xenical ohne ärztliche Überwachung ist abzuraten», sagt Dr. Davis vom Center Modern Lifestyling in Zollikon ZH.

Dr. Clarence P. Davis beantwortet Fragen zum Abnehmen

«Ich fühle mich unwohl: Die 4 Kilo stören mich!»

Anna F., 48, Zürich: Ich bin 167 Zentimeter gross und wiege 58 Kilo. Ich war zwei Monate in den Ferien. Davor wog ich konstant 54 Kilo. Zweimal pro Woche mache ich Sport im Fitnesscenter, im Schwimmbad, oder ich jogge. Meine Ernährung ist meiner Meinung nach gesund. Zum Frühstück esse ich ein Vollwertmüesli, mittags ist Salat oder etwas Warmes angesagt, abends gibt es gedämpftes Gemüse oder sonst etwas Leichtes. Zwischendurch esse ich Äpfel, Dörrfrüchte oder Darvidas. Süsses gibt es nur ab und zu. Ich trinke bis vier Liter stilles Wasser und Tee. Die vier Kilo stören mich extrem! Ich fühle mich total unwohl. Am Anfang habe ich gedacht, dass das alles hormonell bedingt ist. Nun zur Frage: Kann ich mittels Xenical wieder mein altes Gewicht erreichen?

Dr. Clarence P. Davis: Xenical eignet sich in diesem Fall wohl eher weniger. Xenical verhindert die Aufnahme von bis zu 30 Prozent des Nahrungsfettes aus dem Darm. Da in Ihrem Fall die Ernährung nicht sehr fetthaltig ist, sollten Sie es eher mit einem Medikament versuchen, das Ihnen unabhängig vom Essen zu einem Gewichtsverlust hilft. Reductil ist ein solches. Die Gewichtsreduktion von Reductil ist nicht von der Nahrungszusammensetzung abhängig und kann daher auch dann zum Einsatz kommen, wenn sich jemand schon sehr gesund wie Sie ernährt.

Margrit B., 35, Zollikon ZH: Ich wollte fragen, ob man die Medikamente zum Abnehmen auch ohne ärztliche Kontrolle einnehmen kann?

Dr. Clarence P. Davis: Vor einer Einnahme von Reductil oder Xenical ohne ärztliche Überwachung ist dringend abzuraten. Besonders Reductil verträgt sich nicht mit allen Medikamenten und sollte daher nur von einer im Umgang mit diesem Mittel erfahrenen Fachperson verschrieben werden.

JUGENDSEX

«Hilfe! Wir lieben den gleichen Jungen!»

Jessica, 15: Meine Freundin und ich, wir haben ein grosses Problem. Wir sind in den gleichen Jungen verliebt! Aber wir möchten einander nicht wehtun, schliesslich sind wir die besten Freundinnen! Was sollen wir tun? Er findet uns übrigens beide süss.

Durchblick-Team: Schwierig! Es kommt, denke ich, darauf an, wie eng die Beziehung werden soll. Und ob sie ausschliesslich sein muss. Solange er ja euch beide mag und zu beiden gleich nett ist, könnt ihr ihn ja auch, jede für sich, gern haben. Offenheit bewährt sich wohl, so dass ein Gespräch mit allen Beteiligten ratsam ist. Schade wäre es, wenn ihr wegen diesem Jungen beginnen würdet, gegeneinander zu kämpfen und zu intrigieren. Vielleicht stellt sich ja auch heraus, dass er zu einer von euch besser passt und die andere von euch dies auch so sieht.

Markus, 15: Ich finde meinen Penis viel zu klein, wenn er steif ist! Wie lange ist ein durchschnittlicher steifer Penis in meinem Alter? Bitte antwortet in Zahlen! Ich habe jetzt schon Angst, dass ich nie eine Frau befriedigen kann.

Durchblick-Team: Mit 15 ist ein Penis in unseren Breitengraden durchschnittlich 12 Zentimeter lang. Normal ist alles zwischen 9 und 15 Zentimeter. Die Befriedigung der Frau hängt aber, wenn überhaupt, erst zuletzt von der Penisgrösse ab!

Sprechstunde Durchblick

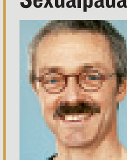
in Zusammenarbeit mit Organon AG, 8808 Pfäffikon.

Beantwortet Jugendlichen alle Fragen über ihre Sexualität.

Postadresse: Durchblick, Postfach, 8029 Zürich, oder www.durchblick.ch



Ulli Jäger-Gerlich, Sexualpädagogin



Thomas Hüni, Sexualpädagoge